Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

IOM
Islamic Online Madrasah

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

সোশাল মিডিয়ার উপকারিতা, অপকারিতা

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

রুকাইয়া নূর জীম

রোলঃ 228021352

২০ মে, ২০২৫ ইং

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

রিসার্চের বিষয়ঃ

সোশাল মিডিয়ার উপকারিতা, অপকারিতা

এই রিপোর্ট টি ইসলামিক অনালাইন মাদ্রাসার ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজের একটি আনুসাঙ্গিক রিপোর্ট।

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান

রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

জমা দিয়েছেনঃ

রুকাইয়া নূর জীম

রোলঃ 228021352

Through Knowledge towards Jannah

Islamic Online Madrasah – IOM

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ

প্রত্যয়ন পত্র

এই মর্মে প্রত্যয়ন করা যাচ্ছে যে, " সোশাল মিডিয়ার উপকারিতা, অপকারিতা " বিষয়ক গবেষণাপত্র টি আমার তত্ত্বাবধানে ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ ডিপার্টমেন্ট থেকে রুকাইয়া নূর জীম, আইডিঃ 228021352 বিচক্ষনতার সাথে সম্পন্ন করেছেন।

(স্বাক্ষর)

তত্ত্বাবধায়নেঃ

মুফতি: মুজিবুর রহমান
রিসার্চ ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

(স্বাক্ষর)

এক্সটারনালঃ

মাও: আরমান হোসাইন
কুরআন ট্রান্সলেশন ডিপার্টমেন্ট
ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা – আইওএম

ঘোষণাপত্র

আমি নিম্নস্বাক্ষরকারী এ মর্মে ঘোষণা করছি যে, " সোশাল মিডিয়ার উপকারিতা, অপকারিতা " শিরোনামে এই গবেষণাপত্র ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসার (Islamic Online Madrasah – IOM) ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ বিভাগের মুফতি: মুজিবুর রহমান উস্তাদের প্রত্যক্ষ তত্ত্বাবধানে ও নির্দেশনায় সম্পন্ন করেছি। অন্য কোন বিশ্ববিদ্যালয় বা প্রতিষ্ঠানে কোন প্রকার ডিগ্রি/ডিপ্লোমা অর্জনের জন্য বা প্রকাশের জন্য গবেষণাপত্র সম্পূর্ণ কিংবা এর অংশবিশেষ উপস্থাপন করা হয়নি।

আমি আরও ঘোষণা করছি যে, এই গবেষণা কর্মটি আমার নিজস্ব মৌলিক রচনা। আমার জানা মতে ইতিপূর্বে আর কোন ব্যক্তি এই শিরোনামে কোন গবেষণাপত্র রচনা করেননি।

রুকাইয়া

(স্বাক্ষর)

তারিখঃ

২০ মে, ২০২৫ ইং

রুকাইয়া নূর জীম

আইডিঃ 228021352

ব্যাচেলর ইন দাওয়াহ এন্ড ইসলামিক স্টাডিজ।

ইসলামিক অনলাইন মাদ্রাসা।

সূচিপত্র

ভূমিকা 5

সোশ্যাল মিডিয়া ধারণা..6

গবেষণার গুরুত্ব ও উদ্দেশ্য 9

গবেষণার উদ্দেশ্য: 10

গবেষণার প্রাসঙ্গিকতা: 10

জনপ্রিয় সোস্যাল মিডিয়ার প্লাটফর্মসমূহ..11

পিন্টারেস্ট (Pinterest)ইসলামে জ্ঞান ও তথ্য আদান-প্রদানের গুরুত্ব:..........................13

এ প্রজন্মের উপর সোশ্যাল মিডিয়ার অশ্লীলতার প্রভাব 19

পর্ণ আপনার স্মরনশক্তি কমায়, আপনার মধ্যে ডিপ্রেশন তৈরী করে:............................22

ডিজিটাল মিডিয়ার কোনো মেয়ের দিকে তাকাবেন না:..25

যদি তাকাতেই হয় তো চেহারার দিকে তাকান 26

কিছুতেই নামাজ ছাড়বেন না:..27

নিয়ন্ত্রণের উপায়..29

কেবল মা-বাবার প্রচেষ্টাই এই সামাজিক চ্যালেঞ্জ মোকাবিলা করার জন্য যথেষ্ট নয়:.......29

সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে সওয়াব অর্জনের লক্ষ্যে দিকনির্দেশনা..................................30

উপসংহার: 32

ভূমিকা

যে ওয়েবসাইট বা এপ্লিকেশনে এর ব্যবহারকারী তাৎক্ষনিকভাবে বিভিন্ন কন্টেন্ট শেয়ার করতে পারে, অন্যদের সাথে যোগাযোগ কিংবা অনুভূতি আদান প্রদান করতে পারে তাকে সোশ্যাল মিডিয়া বলা হয়।
আবার কোনটি হয়তোবা ভিডিও দেখার সুযোগ দেয়। উদাহরণস্বরূপ বলা যায়, জনপ্রিয় সোশ্যাল মিডিয়া ফেসবুক' এর ব্যবহারকারীদেরকে একে অপরের সাথে ভাৎক্ষনিক যোগাযোগ এবং তাঁদের মুহূর্তগুলোকে একে অন্যকে দেখার সুযোগ করে দেয়। আবার, অন্যদিকে 'ইউটিউব ভিডিও দেখার সুযোগ করে দেয়। যে ভিডিওগুলো অন্য কোন ইউটিউবে এর ব্যবহারকারীরাই ভিডিও আপলোড করছে এবং তাঁরাই আবার সেগুলো দেখছে। কিন্তু যদি এমন হতো, ইউটিউবে শুধুমাত্র ইউটিউব কর্তৃপক্ষরাই ভিডিও আপলোড করত এবং আমরা শুধু সেগুলো দেখতাম। তাহলে সেটাকে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম বলা যেত না। অর্থাৎ, সোশ্যাল মিডিয়ার মূল কনসেপ্ট হল শেয়ারিং।
দৈনন্দিন জীবনের একটি বড় অংশ দখল করে নিয়েছে এই সোশ্যাল মিডিয়া শব্দটি। যা বাংলায় সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম হিসেবেও পরিচিত। ইন্টারনেট ব্যবহার করেন কিন্তু কোন সোশ্যাল মিডিয়াতে যুক্ত নেই এমন মানুষ এখন নেই বললেও ভুল হবেনা।

এই যেমন বাংলাদেশের প্রেক্ষাপটেই দেখুন, ইন্টারনেট ব্যবহারকারী প্রতিটি মানুষ এখন ফেসবুক, ইউটিউব কিংবা হোয়াটসঅ্যাপ, ইমোর মতো কোন না কোন প্লাটফর্মে যুক্ত আছেই। এসব সোশ্যাল মিডিয়া মাধ্যমগুলো নিয়ে তৈরি হয়েছে আরেকটি জীবন। যা সম্পূর্ণ কৃত্রিম। যাকে সবাই ভার্চুয়াল লাইফ হিসেবেই চিনে। দুঃখজনক হলেও সত্য যে, সোশ্যাল মিডিয়ার আসক্তি এতটাই বেড়ে গিয়েছে যে, বাস্তব জীবনের চাইতে দখলদারিত্ব বেশি এখন ভার্চুয়াল জীবনের।

সোশ্যাল মিডিয়া শব্দটি এখন আমাদের জীবনে এভাবেই একটি বড় অংশ হয়ে উঠেছে। কিন্তু, কখনও কি মনে হয়েছে সোশ্যাল মিডিয়া জিনিসটা আসলে কি? কিংবা কিভাবে আজকের সোশ্যাল মিডিয়ার জগতটা তৈরি হল? বেশিরভাগ সোশ্যাল মিডিয়া ইউজারদের কাছেই পরিষ্কারভাবে জানা নেই সোশ্যাল মিডিয়ার সংজ্ঞা কিংবা এর ইতিহাস। ভার্চুয়াল ভুবনের আজকের পোস্টে আমরা জানব, সোশ্যাল মিডিয়া কি এবং সোশ্যাল মিডিয়ার ইতিহাস।

সোশ্যাল মিডিয়া ধারণা

সোশ্যাল মিডিয়া হল এমন কোন তথ্য-প্রযুক্তি নির্ভর মাধ্যম যেখানে এর ব্যবহারকারীরা মিলে একটি ভার্চুয়াল কমিউনিটি বা কৃত্রিম সমাজ গড়ে তোলে। সোশ্যাল মিডিয়া মূলত অনলাইন বা ইন্টারনেট সংযোগ নির্ভর হয়ে থাকে। আর সোশ্যাল মিডিয়াগুলোও বিভিন্ন ধরনের হয়ে থাকে। কোনটি ওয়েবসাইট নির্ভর আবার কোনটি হয়ত মোবাইল অ্যাপ্লিকেশন নির্ভর। কোন সোশ্যাল মিডিয়া শুধু একে অপরের সাথে যোগাযোগ করার সুবিধা দিয়ে থাকে।

আবার কোনটি হয়তবা ভিডিও দেখার সুযোগ দেয়। উদাহরণস্বরূপ বলা যায়, জনপ্রিয় সোশ্যাল মিডিয়া 'ফেসবুক' এর ব্যবহারকারীদেরকে একে অপরের সাথে তাৎক্ষনিক যোগাযোগ এবং তাঁদের মুহূর্তগুলোকে একে অন্যকে দেখার সুযোগ করে দেয়। আবার, অন্যদিকে 'ইউটিউব' ভিডিও দেখার সুযোগ করে দেয়। যে ভিডিওগুলো অন্য কোন ইউটিউব ব্যবহারকারীর আপলোড করা।

সবচেয়ে সহজ বাংলায় সোশ্যাল মিডিয়াকে সংজ্ঞায়িত করলে, সোশ্যাল মিডিয়া মানেই অনলাইন কমিউনিটি। অর্থাৎ, কোন অ্যাপ বা ওয়েবসাইট সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে তখনই গণ্য হবে, যখন এর কন্টেন্টগুলো তৈরি করবে এর ব্যবহারকারীরাই। যেমন: ফেসবুকের প্রভিটা পোস্ট কোন না কোন ইউজার তৈরি করছে। আবার সেটি দেখছেও অন্য ইউজাররা।
ইউটিউবে এর ব্যবহারকারীরাই ভিডিও আপলোড করছে এবং তাঁরাই আবার সেগুলো দেখছে। কিন্তু যদি এমন হতো, ইউটিউবে শুধুমাত্র ইউটিউব কর্তৃপক্ষরাই ভিডিও আপলোড করত এবং আমরা শুধু সেগুলো দেখতাম। তাহলে সেটাকে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম বল্য যেত না। অর্থাৎ, সোশ্যাল মিডিয়ার মূল কনসেপ্ট হল শেয়ারিং

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমগুলোর এখন একটা বিপ্লব চলছে। সোশ্যাল মিডিয়ার যাত্রা অনেক আগে হলেও ২০১০ সালে মূলত দুনিয়া জুড়ে এর একটা বিপ্লব ঘটে। তখন থেকেই আসলে ব্যাপক আকারে সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহার বেড়েছে।

আমরা জানি, আধুনিক যুগের কোন প্রযুক্তিই রাতারাতি আবিষ্কার হয়নি। কম্পিউটার, ইন্টারনেট আবিষ্কারের বিভিন্ন নির্দিষ্ট সাল আমরা জেনে থাকলেও। আসলে শত শত বছরের বিভিন্ন কনসেপ্ট থেকেই সেগুলো আবিষ্কার হয়েছে। তেমন ইতিহাস রয়েছে সোশ্যাল মিডিয়া

জগতের উদ্ভাবনের ক্ষেত্রেও। সোশ্যাল মিডিয়ার মূল ধারণা ইন্টারনেট আবিষ্কারের পর থেকে হলেও এর প্রয়োজনীয়তা চিঠি আদান প্রদানের যুগ থেকেই অনুভব করেছে মানুষ। কারণ, সোশ্যাল মিডিয়ার মূল ফিচারই হল সহজতর যোগাযোগ ব্যবস্থা। ভাই, টেলিগ্রাফ, টেলিফোন এসব যোগাযোগ প্রযুক্তির আবিষ্কারের মধ্য দিয়েই যে আজকের আধুনিক যোগাযোগ মাধ্যমগুলোর উন্নতি ঘটেছে তা অস্বীকার করার উপায় নেই।

১৯৭১ সালে Ray Tomlinson নামের একজন কম্পিউটার ইঞ্জিনিয়ার প্রথম ই-মেইল পাঠিয়েছিলেন। যদিও সেটা পরীক্ষামূলক দিল। ক্যামব্রিজে তিনি পাশাপাশি এক কম্পিউটার থেকে আরেক কম্পিউটারে পরীক্ষামূলকভাবে মেইল চালাচালি করেন। অনেকেই মনে করেন সেই প্রথম ই-মেইল পাঠানোর মধ্য দিয়েই সোশ্যাল মিডিয়ার উদ্ভাবন হয়। এরপর ১৯৮৬ সালে Eric Thomas নামের আরেক প্রোগ্রামার Listserv নামের একটি সফটওয়্যার ডেভেলপ করেন। অটোমেটেড মেইলিং লিস্ট ধারণার উপর ভিত্তি করেই সেই সফটওয়্যারটি তৈরি করেছিলেন তিনি। যার মাধ্যমে একটি মেইল পাঠালেই নির্দিষ্ট ইউজারদের কাছে সেই মেসেজ চলে যাবে।

এরপর ১৯৮৮ সালে উদ্ভাবন হয় Internet Relay Chat। যার মাধ্যমে একটি নেটওয়ার্কের আওতায় এর ক্লায়েন্টরা ইনস্ট্যান্ট। রিয়েল টাইম মেসেজিং করতে পারে। Jarkko Oikarinen আবিষ্কার করেছিলেন IRC নামের সেই প্রথম চ্যাটিং সিস্টেম। আর এর মধ্য দিয়েই চ্যাটিং ফিচারের যাত্রা শুরু হয়

এবার আসা যাক ১৯৯৬ সালে। এইসময় তৈরি হয় Sixdegrees.com নামের একটি সাইট। যেটিকে প্রথম সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং সাইট হিসেবে ধরা হয়। Sixdegrees প্লাটফর্মটি তৈরি করেছিলেন Andrew Weinreich। বিশ্বের প্রথম এই সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং সাইটে প্রোফাইল তৈরি এবং ফ্রেন্ড লিস্ট ফিচারটি ছিল।

Sixdegrees সাইটটি প্রথম সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং প্লাটফর্মের ধারণা দেওয়ার পর ২০০২ সালে আসে Friendster নামের একটি প্লাটফর্ম। যাকে সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং সাইটগুলোর মাঝে অগ্রদূত বলা হয়। এর জনপ্রিয়তার কারণে ২০০৩ সালে ৩০ মিলিয়ন ডলারে Friendster কেনার প্রস্তাব দিয়েছিল গুগল। সেই প্রস্তাব প্রত্যাখাত হলেও ২০১৫ সালে এটি বিক্রি হয়ে যায় এবং পরবর্তীতে তা মালয়শিয়া ভিত্তিক একটি গেমিং সাইট হিসেবে তৈরি করা হয়। যদিও এখন তা পুরোপুরি বন্ধ।

সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং ধারণার জনপ্রিয়তার ধারাবাহিকতায় ভার্চুয়াল জগতে আসে Linkedin। অনলাইন সোশ্যাল নেটওয়ার্কিংকে প্রফেশনাল এবং ব্যবসায়ের কাজে লাগাতেই মূলত তাঁদের যাত্রা হয়। যার বর্তমান ব্যবহারকারীর সংখ্যা ৫০০ মিলিয়নেরও বেশি। উল্লেখ্য যে, লিংকড ইন প্রতিষ্ঠিত হয় ২০০৩ সালে। একই বদর আরেকটি সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং সাইট যাত্রা শুরু করেছিল। আর তা হল MySpace। এই প্লাটফর্মটি ২০০৫ থেকে ২০০৮ সাল পর্যন্ত পৃথিবীর সবচেয়ে বড় সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং সাইট হিসেবে পরিচিতি পেয়েছিল এর এক বছর পর, অর্থাৎ ২০০৪ সালে তৈরি হয় Facebook। যা বর্তমানে পৃথিবীর সবথেকে জনপ্রিয় এবং সর্ববৃহৎ সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং সাইট। ফেসবুকের প্রতিষ্ঠাতা হিসেবে সবাই মার্ক জাকারবার্গকে চিনলেও। আসনে তিনি তাঁর ৪ জন বন্ধু এবং রুমমেটকে সাথে নিয়ে ফেসবুক বানিয়েছিলেন। প্রথমে হার্ভার্ড ইউনিভার্সিটিতে এর ব্যবহার শুরু হলেও। ধীরে ধীরে আশেপাশের কলেজ। বিশ্ববিদ্যালয়গুলোতে ফেসবুক ব্যবহারের জন্য উন্মুক্ত করা হয়। ২০০৪ সালে ফেসবুক চালু হলেও ২০০৬ সালে এটি বিশ্বব্যাপী ব্যবহারের জন্য প্রথম উন্মুক্ত করা হয়। যার বর্তমান ব্যবহারকারীর সংখ্যা ২.৪ বিলিয়নেরও বেশি।

২০০৫ সালে তৈরি হয় ভিন্নধর্মী সোশ্যাল মিডিয়া সাইট YouTube। যা তৈরি করেছিল পেপালের সাবেক কিছু কর্মী। যদিও বর্তমানে এটি গুগলের মালিকানাধীন কোম্পানী। ইউটিউবের মাধ্যমে যেকেউ ভিডিও কন্টেন্ট আপলোড করতে পারে এবং তা অন্যরা দেখতে পারে।
বর্তমানের অন্যতম জনপ্রিয় আরেকটি সোশ্যাল মিডিয়া সাইট হল Twitter। যা যাত্রা শুরু করেছিল ২০০৬ সালে। অন্যান্য সোশ্যাল মিডিয়া সাইটগুলোর থেকে ভিন্নধর্মী ফিচার এনে নজরে আসে টুইটার। শুধু ১৪০ অক্ষরের মাঝে বার্তা পোস্ট করার ফিচারের জন্য জনপ্রিয়তা পায় এটি। সেলিব্রেটিদের মাঝে সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্ম হিসেবে টুইটারের গ্রহণযোগ্যতা ব

এরপর আসে ইনস্ট্যান্ট মেসেজিং করার অ্যাপ WhatsApp

সেই প্রথম ই-মেইল চালাচালির মধ্য দিয়ে সোশ্যাল মিডিয়ার ধারণা প্রথম প্রকাশ পেলেও। এরপর আমরা জেনেছি কিভাবে আমরা পেলাম উন্নত সব সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং/মিডিয়া প্লাটফর্ম ব্যবহারের সুযোগ। ২০০৯ সাল পর্যন্ত LinkedIn, Facebook, Twitter, WhatsApp এর মত বেশ কয়েকটি জনপ্রিয় সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্মের জন্ম হলেও আসলে তাঁর বিকাশ হয় ২০০৯ সালের পর।

আর সেকারণে ২০০৯ সালের পর থেকে এখন পর্যন্ত এই সময়কালকে সোশ্যাল মিডিয়ার বিপ্লব হিসেবে ধরা হয়ে থাকে। এই দীর্ঘ সময়ে মার্কেটে যেমন এসেছে অত্যাধুনিক সব সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং প্লাটফর্ম। তেমনি জনপ্রিয়তার তুঙ্গে উঠেছে ২০০৯ সালের আগে যাত্রা শুরু করা সোশ্যাল মিডিয়া প্লাটফর্মগুলো। ২০১০ সালে Instagram, ২০১১ সালে Snapchat যাত্রা শুরু করে।

স্ন্যাপচ্যাটের জনপ্রিয়তা এতো বেড়ে গিয়েছিল যে, এটিই অন্যতম প্লাটফর্ম যা ফেসবুকের সাথে কঠিন প্রতিযোগিতায় পাল্লা দিয়েছিল। শেষ পর্যন্ত Instagram কে দমাতে এটিকে কিনে নিয়েদিন ফেসবুক। ২০১৩ সালে দুনিয়াব্যাপী সেলফির একটা সাড়াজাগানো ট্রেন্ড সোশ্যাল মিডিয়ার জনপ্রিয়তা আরও বাড়িয়ে দিয়েছে। ২০১৭ সালে প্রতিষ্ঠিত হওয়া Tik Tok এখন জনপ্রিয় একটা সোশ্যাল মিডিয়া অ্যাপ।
বর্তমানে পৃথিবী জুড়ে হাজার হাজার সোশ্যাল নেটওয়ার্কিং ওয়েবসাইট এবং অ্যাপ আছে। নিত্য নতুন অসংখ্য ফিচার নিয়ে আসছে প্লাটফর্মগুলো। যার ফলে সেগুলোতে বুদ হয়ে আছে মানুষরা। গড়ে উঠেছে ভার্চুয়াল লাইফ। বাস্তব জীবনের চাইতেও বর্তমানে আধিপত্য বেশি এই ভার্চুয়াল লাইফের।
তথ্যসূত্রঃ আইসিটি ওয়ার্ল্ড নিউজ

গবেষণার গুরুত্ব ও উদ্দেশ্য

ইসলাম একটি পূর্ণাঙ্গ জীবনব্যবস্থা, যা মানুষের ব্যক্তিগত, সামাজিক, পারিবারিক এবং রাষ্ট্রীয় জীবনের প্রতিটি দিক নির্দেশনা দিয়েছে। ইসলামী শরীয়াহ মানুষকে এমনভাবে জীবন যাপন করতে শিক্ষা দেয়, যাতে ব্যক্তি আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জন করতে পারে এবং সমাজে ন্যায় ও শান্তি প্রতিষ্ঠিত হয়। তাই আধুনিক প্রযুক্তির ব্যবহার, বিশেষ করে সোশ্যাল মিডিয়ার ব্যবহারও ইসলামের নির্দেশনা ও নৈতিক মানদণ্ডের আলোকে পর্যালোচনা করা অত্যন্ত জরুরি।

একদিকে দেখা যায়, সোশ্যাল মিডিয়া দাওয়াতের মাধ্যম, জ্ঞান প্রচারের উপায়, সামাজিক সচেতনতা বৃদ্ধির হাতিয়ার হিসেবে কাজ করছে। অপরদিকে, এটি অশ্লীলতা, গীবত, সময়ের অপচয়, মনস্তাত্বিক অবসাদ, এবং ধর্মীয় অবক্ষয়ের মাধ্যম হিসেবেও ব্যবহৃত হচ্ছে। এজন্য প্রয়োজন এই প্ল্যাটফর্মগুলোর উপকারিতা ও অপকারিতা ইসলাম কীভাবে দেখছে তা বিশ্লেষণ করা।

এই গবেষণায় আমরা ইসলামী দৃষ্টিকোণ থেকে বর্তমান যুগের সোশ্যাল মিডিয়ার কার্যকারিতা, এর যথার্থ ব্যবহার ও অপব্যবহারের পরিণতি, এবং মুসলিম সমাজ কীভাবে এটির মাধ্যমে উপকৃত হতে পারে বা ক্ষতির সম্মুখীন হচ্ছে তা বিশ্লেষণ করার চেষ্টা করব।

গবেষণার উদ্দেশ্য:

সোশ্যাল মিডিয়ার প্রকৃতি ও ব্যবহার বোঝা

ইসলামী দৃষ্টিকোণ থেকে এর উপকারিতা ও অপকারিতা নির্ধারণ

একজন মুসলমান কীভাবে সচেতনভাবে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করতে পারে সে বিষয়ে দিকনির্দেশনা প্রদান।

গবেষণার প্রাসঙ্গিকতা:

যেহেতু আজকের তরুণ সমাজ সবচেয়ে বেশি সোশ্যাল মিডিয়ায় সক্রিয়, তাই ইসলামের আলোকে এই মাধ্যমের সঠিক ব্যবহার নিশ্চিত করা সময়ের দাবি। এই গবেষণা বর্তমান ও ভবিষ্যৎ প্রজন্মকে একটি সঠিক দৃষ্টিভঙ্গি প্রদানে সহায়ক হবে ইন শা আল্লাহ।

জনপ্রিয় সোস্যাল মিডিয়ার প্লাটফর্মসমূহ

ফেসবুক (Facebook)

ফেসবুক বর্তমানে বিশ্বের সবচেয়ে বড় এবং জনপ্রিয় সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মগুলোর মধ্যে একটি। এর ব্যবহারকারীর সংখ্যা ২.৯ বিলিয়নেরও বেশি। ফেসবুকের মাধ্যমে ব্যবহারকারীরা ছবি, ভিডিও, এবং ব্যক্তিগত অভিজ্ঞতা শেয়ার করতে পারে।

ইনস্টাগ্রাম (Instagram)

ইনস্টাগ্রাম বর্তমানে ভিজ্যুয়াল কন্টেন্ট শেয়ারিংয়ের জন্য অন্যতম জনপ্রিয় প্ল্যাটফর মাধ্যমে ব্যবহারকারীরা ছবি এবং ভিডিও পোস্ট করতে পারে এবং অন্যান্যদের সাে শেয়ার করতে পারে।

লিঙ্কডইন (LinkedIn)

লিঙ্কডইন একটি প্রফেশনাল সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্ম, যা মূলত ক্যারিয়ার ডেভেলপমেন্ট এবং প্রফেশনাল নেটওয়ার্কিংয়ের জন্য ব্যবহৃত হয়। সহজ ভাবে বলতে গেলে, লিঙ্কডইন এমন একটি জায়গা যেখানে আপনি আপনার প্রফেশনাল প্রোফাইল তৈরি করে আপনার কাজের অভিজ্ঞতা, দক্ষতা, এবং প্রফেশনাল অর্জনগুলো তুলে ধরতে পারেন।

টিকটক (TikTok)

টিকটক বর্তমানে তরুণদের মধ্যে সবচেয়ে জনপ্রিয় ভিডিও শেয়ারিং প্ল্যাটফর্মগুলোর মধ্যে অন্যতম। এটি মূলত শর্ট ভিডিও তৈরির জন্য পরিচিত। টিকটকের মাধ্যমে ব্যবহারকারীরা ১৫-৬০ সেকেন্ডের ভিডিও তৈরি এবং শেয়ার করতে পারে। এই প্ল্যাটফর্মটি মূলত বিনোদন এবং ক্রিয়েটিভ কন্টেন্টের জন্য জনপ্রিয়, তবে বর্তমানে এটি ব্র্যান্ড প্রমোশন এবং প্রোডাক্ট মার্কেটিংয়ের জন্যও ব্যবহৃত হচ্ছে।

ইউটিউব (YouTube)

ইউটিউব হলো বিশ্বের সবচেয়ে বড় ভিডিও শেয়ারিং প্ল্যাটফর্ম। এখানে ব্যবহারকারীরা যেকোনো ধরনের ভিডিও আপলোড এবং শেয়ার করতে পারে। সহজ ভাবে বলতে গেলে, ইউটিউব এমন একটি সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্ম যেখানে মানুষ বিভিন্ন বিষয়ে ভিডিও দেখে এবং শিখতে পারে।

পিন্টারেস্ট (Pinterest)

পিন্টারেস্ট হলো একটি ভিজ্যুয়াল ডিসকভারি প্ল্যাটফর্ম, যেখানে ব্যবহারকারীরা বিভিন্ন ইমেজ এবং ভিডিও শেয়ার করতে পারে। এটি মূলত বিভিন্ন বিষয়ে অনুপ্রেরণা এবং আইডিয়া খোঁজার জন্য ব্যবহৃত হয়।

টেলিগ্রাম (Telegram)

টেলিগ্রাম মূলত একটি মেসেজিং অ্যাপ হলেও এটি বর্তমানে সোশ্যাল মিডিয়ার ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করছে। এটি ব্যবহারকারীদের প্রাইভেট এবং পাবলিক গ্রুপ তৈরি এবং ব্যবহার করার সুযোগ দেয়। টেলিগ্রামের মাধ্যমে ব্যবহারকারীরা দ্রুত এবং নিরাপদে মেসেজ, ছবিএবং ভিডিও শেয়ার করতে পারে। এছাড়াও, এটি বড় আকারের ফাইল শেয়ারিংয়ের জন্য পরিচিত।

তথ্যসূত্রঃ টেকসাইট (Techxite)

পিন্টারেস্ট (Pinterest)ইসলামে জ্ঞান ও তথ্য আদান-প্রদানের গুরুত্ব:

ইসলাম এমন একটি ধর্ম যা জ্ঞানার্জন, সত্য প্রচার এবং সঠিক বার্তা পৌঁছানোর ওপর বিশেষ গুরুত্ব দিয়েছে। পবিত্র কুরআনের প্রথম ওহিই ছিল:

“”- অর্থাৎ, “পড়ো” (সূরা আল-আলাক, আয়াত ১)।

এ থেকে বোঝা যায়, জ্ঞান অর্জন এবং তা প্রচার ইসলামের অন্যতম মূলনীতি।

রাসূলুল্লাহ (সা.) বলেন:

“যে ব্যক্তি জ্ঞান অন্বেষণে পথে বের হয়, আল্লাহ তার জন্য জান্নাতের পথ সহজ করে দেন।“ (সহীহ মুসলিম)

এই দৃষ্টিকোণ থেকে, তথ্য প্রযুক্তি ও যোগাযোগ মাধ্যম ইসলামী সমাজে জ্ঞান প্রচারের একটি শক্তিশালী মাধ্যম হতে পারে।

নবী (সা.) এর যুগে যোগাযোগের রীতি:
রাসূলুল্লাহ (সা.) এর যুগে দাওয়াহ এবং ইসলামী বার্তা প্রচারে বিভিন্ন কৌশল ব্যবহার করা হতো:

চিঠি প্রেরণ: তিনি বিভিন্ন রাজা-বাদশাহদের কাছে ইসলাম প্রচারের জন্য চিঠি পাঠিয়েছেন।

মুখে মুখে প্রচার: সাহাবায়ে কেরাম বিভিন্ন এলাকায় গিয়ে মুখে মুখে ইসলামের দাওয়াত পৌঁছে দিতেন।

জুমার খুতবা ও হালকায় আলোচনা: নিয়মিত খুতবার মাধ্যমে মুসলমানদের শিক্ষা দেওয়া হতো।

তখনকার সময়ে প্রযুক্তির সীমাবদ্ধতা থাকলেও, যোগাযোগের গুরুত্ব অপরিসীম ছিল।

বর্তমান যুগে ইন্টারনেট, মোবাইল, কম্পিউটার ও সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে বিশ্ব এক “গ্লোবাল ভিলেজ” এ পরিণত হয়েছে। ইসলামী দৃষ্টিকোণ থেকে এই প্রযুক্তি ব্যবহারের মূল শর্ত হলো-এর ব্যবহার হালাল, নৈতিক, এবং সমাজ-উপযোগী হতে হবে।

ইমাম গাযালী (রহ.) বলেন:

“কোনো জিনিস নিজে থেকে ভালো বা মন্দ নয়, বরং এটি নির্ভর করে ব্যবহারের উপর।“

তাই, ইন্টারনেট ও সোশ্যাল মিডিয়ার মতো মাধ্যমও ইসলাম প্রচারের পবিত্র উদ্দেশ্যে ব্যবহার করলে তা ইবাদতের অন্তর্ভুক্ত হতে পারে।

সোশ্যাল মিডিয়ার উপকারিতাসমূহঃ

১. উন্নত যোগাযোগ

বিশ্বের যেকোনো প্রান্তে দ্রুত, অবাধে মেসেজ আদান-প্রদান।

বন্ধু, পরিবার ও সহকর্মীদের সাথে সম্পর্ক বজায় রাখতে সহায়তা।

সহায়তামূলক গ্রুপ ও ফোরামের মাধ্যমে অভিজ্ঞতা ও পরামর্শ বিনিময়।

২. তথ্য প্রচার

খবর ও বর্তমান ঘটনা সম্পর্কে রিয়েল-টাইমে তথ্য সরবরাহ।

বিভিন্ন অধর্মদ্বন্দের মতামত বিনিময়ের প্ল্যাটফর্ম।

জরুরি পরিস্থিতিতে দ্রুত সাবধানতা জানানো ও সমন্বয় সাধন।

৩. বিপণন ও ব্র্যান্ড নির্মাণ

কম খরচে লক্ষ্যভিত্তিক বিজ্ঞাপনের মাধ্যমে গ্রাহক অর্জন।

-ব্র্যান্ড সচেতনতা বৃদ্ধি ও নতুন বাজারে প্রবেশের সুযোগ।

-অনলাইন উপস্থিতি শক্তিশালী করে বিশ্বব্যাপী গ্রাহক দৃষ্টি আকর্ষণ।

৪. শিক্ষার ক্ষেত্রে উপকার

১. শিক্ষার্থীদের জন্য দ্রুত তথ্য অ্যাক্সেস: সোশ্যাল মিডিয়া শিক্ষার্থীদের জন্য গবেষণা বা

পাঠ্যবিষয়ক তথ্য খুঁজে পেতে সহায়ক। এতে তারা তাদের কাজের জন্য প্রয়োজনীয় উপাদানগুলো দ্রুত পেতে পারেন।
২. টিচিং মেটেরিয়াল শেয়ারিং শিক্ষকেরা সোশ্যাল মিডিয়া প্ল্যাটফর্মে শিক্ষার্থীদের জন্য নোট, বই, এবং অন্যান্য টিচিং রিসোর্স শেয়ার করতে পারেন, যা শিক্ষার্থীদের জন্য সহজলভ্য হয়ে ওঠে।

৩. গ্রুপ স্টাডি এবং ডিবেট সোশ্যাল মিডিয়া শিক্ষার্থীদের মধ্যে আলোচনা এবং ডিবেট চালানোর একটি ভালো মাধ্যম।

৪. সৃজনশীলতা এবং অনুপ্রেরণা: সোশ্যাল মিডিয়া শিক্ষার্থীদের সৃজনশীলতা বাড়াতে এবং নতুন চিন্তাভাবনা এবং আইডিয়া পেতে সাহায্য করে।

৫. কমিউনিটি গঠন

সাধারণ আগ্রহের ভিত্তিতে অনলাইন গ্রুপ ও ফোরাম তৈরি।

সদস্যদের মধ্যে সহযোগিতা ও সমর্থন প্রদান।

সামাজিক সমবায় ও ভাতৃত্ববোধ বৃদ্ধিতে সহায়তা।

৬. কর্মসংস্থান সুযোগ

লিঙ্কডইন-সদৃশ প্ল্যাটফর্মে পেশাদার নেটওয়ার্কিং।

নিয়োগকর্তা ও কাজের সন্ধানকারীদের মধ্যে সরাসরি সংযোগ।

ব্যক্তিগত ব্র্যান্ডিং ও ক্যারিয়ার উন্নয়ন।

৭. সরকার এবং নিরাপত্তা এজেন্সিকে সাহায্য করে সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে সরকার এবং নিরাপত্তা এজেন্দি অপকর্মের ওপর নজর রাখতে পারে এবং সন্ত্রাসবাদের বিরুদ্ধে কঠোর ব্যবস্থা নিতে সক্ষম হয়।

৮. সামাজিক প্রকল্প ও দাতব্য কার্যক্রম

সোশ্যাল মিডিয়া বিভিন্ন সামাজিক প্রকল্প এবং দাতব্য কার্যক্রমের প্রচারেও সহায়ক। এটি চ্যারিটি সংগঠনগুলোকে তাদের কার্যক্রম এবং প্রোজেক্টগুলো বিশ্বব্যাপী মানুষের কাছে পৌঁছে দিতে সহায়তা করে। ফলে, দানশীলতা ও সামাজিক দায়িত্ববোধ বৃদ্ধি পায়।

সোশ্যাল মিডিয়ার অপকারিতাসমূহ

১. গোপনীয়তা লঙ্ঘন

ব্যক্তিগত তথ্য এবং গোপনীয়তা খুব সহজেই হ্যাক হতে পারে এবং তা ইন্টারনেটে ছড়িয়ে যেতে পারে মুহূর্তেই, যা অর্থনৈতিক প্রতি এবং বাক্তগত জীবন দুর্বিষহ করে তুলতে পারে। ঠিক তেমনি কারো অ্যাকাউন্ট সম্পর্কিত তথ্য বেষাত হয়ে যাওয়ায় আর্থিক ক্ষতির কারণ হতে পারে। এসব হচ্ছে সোশ্যাল মিডিয়ার মারাত্মক অসুবিধা।

২. ভুল তথ্যের বিস্তার

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে প্রচুর মিথ্যা খবর প্রচার করা হয়। যার ফলে সাধারন মানুষের মনে শঙ্কা বা বিদ্বেষ সৃষ্টি হয়। সেই মিথ্যা খবর নিয়েই পরে থাকে হাজার হাজার মানুষ।

এসব মিথ্যা বা ভুয়া খবর সাধারনত বিভিন্ন অপরাধীরা প্রচার করে থাকে তাদের অপরাধ সহজতর করার আশায়।

৩. প্রতারণা ও স্ক্যাম

কয়েক ধরনের প্রতারণা লক্ষ করা যায়, যা বেশিরভাগ সময় ঘটে থাকে এবং সোশ্যাল মিডিয়ার মাধানে বিভিন্ন অপকর্মে জড়িয়ে পড়ে।

৪. সময়ের অপচয় ও গাফলতিতে লিপ্ত হওয়া:

এখনকার বেশির ভাগ মানুষই কিছু শেখার উদ্দেশ্য বা আগ্রহ নিয়ে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম ব্যবহার করেনা, তাই এগুলো তাদের সময় অপচয় ছাড়া আর কিছুই না

সোশ্যাল মিডিয়ার অতিরিক্ত ব্যবহার মানুষকে আলস্য, অবহেলা এবং গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্ব থেকে দূরে সরিয়ে দেয়।
নামাজ, কুরআন তিলাওয়াত, ইবাদত থেকে বিমুখতা

ঘন্টার পর ঘন্টা স্ক্রল করে সময় নষ্ট

অলসতা ও কর্মহীনতা সৃষ্টি

কুরআনে আল্লাহ বলেন:

"নিশ্চয়ই মানুষের জন্য তার সময় সম্পর্কে জিজ্ঞোসা করা হবে।" (সূরা তাকাসুর)

৫. অশ্লীলতা ও অনৈতিক কনটেন্ট ঘড়ানো:

ইসলামে অশ্লীলতা কঠোরভাবে নিষিদ্ধ। অথচ সোশ্যাল মিডিয়ায় নগ্নতা, অশ্লীল ভিডিও, ফটো ও হাস্যকর ট্রেন্ডে ভরপুর কনটেন্ট দড়ানো হচ্ছে।

চোখের জিনা

নারী-পুরুষের অবাধ মেলামেশা

কিশোর-তরুণদের চরিত্র নষ্ট

রাসূল (সা.) বলেন:

“যে ব্যক্তি লজ্জা হারিয়ে ফেলে, সে যা খুশি তাই করে।“ (সহীহ বুখারি)
৬. গীবত, অপবাদ ও ট্রল সংস্কৃতি:

সোশ্যাল মিডিয়ায় মানুষ খুব সহজেই অন্যের মানহানি করে, ট্রল করে, বা গীবত করে থাকে, যা ইসলামে কঠোরভাবে নিষিদ্ধ।

গীবত: ভাইয়ের পেছনে এমন কিছু বলা যা সে অপছন্দ করে

অপবাদ: ভিত্তিহীন অভিযোগ ছড়ানো

বিদ্রূপমূলক মিম ও ভিডিও

আল্লাহ বলেন:

“তোমাদের কেউ যেন অপরের গীবত না করে... এটা তো মৃত ভাইয়ের মাংস খাওয়ার মতো।“ (সূরা হুজুরাত: ১২)

সম্প্রীতি নষ্ট

বিভিন্ন ধর্মীয় উস্কানীমূলক পোস্ট বা ছবি শেয়ার করা হয় সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমগুলোতে। যার মন্তব্য নিয়ে তৈরি হয় কলহ এরপর তা মাঝে মাঝে সাম্প্রদায়িক দাঙ্গায় পরিনত হয়। যা একটি সমাজের মধ্যাকার সম্প্রীতি নষ্ট করার মূলে রয়েছে।

৭. আত্মপ্রদর্শন ও রিয়া (লোক দেখানো):

সোশ্যাল মিডিয়ায় মানুষ নিজের ভালো কাজ, দান, ইবাদত বা জীবনযাত্রা অন্যদের দেখিয়ে আত্মপ্রদর্শনে লিপ্ত হয়, যা রিয়ার অন্তর্ভুক্ত।
ইসলামিক কাজের ছবিসহ দোস্ট

দানের ভিডিও ভাইরাল করা

নিজেকে শ্রেষ্ঠ প্রমাণের চেষ্টা

রাসূল (সা.) বলেন:

"রিয়া হলো লুক্কায়িত শিরক।" (সুনান ইবন মাজাহ)

এ প্রজন্মের উপর সোশ্যাল মিডিয়ার অশ্লীলতার প্রভাব

এখন যে কোনো কিছুই ফেসবুকের মাধ্যমে সহজেই ভাইরাল হয়ে যাচ্ছে। আমরা যা-ই খুঁজি সব এখন ফেসবুকে পেয়ে যাচ্ছি। একে অন্যের সঙ্গে যোগাযোগের অন্যতম প্ল্যাটফর্ম হিসেবে আমরা সবাই এ ফেসবুক ব্যবহার করি। অনেকে ব্যবসায়িক আলাপও সারেন এর মাধ্যমে। কিন্তু এখন সেই জায়গাটা স্বল্প সময়ে দখল করছে পর্ন বা অশ্লীল ভিডিওতে। কাজের চেয়ে এসবে ময় হয়ে পড়ছে তরুণ-তরুণী থেকে সব বয়সিরা। দেশে প্রায় ৯ কোটি ইন্টারনেট গ্রাহক ফেসবুক, ম্যাসেজার, ইমো বা হোয়াটস অ্যাপে সহজেই পেয়ে যাচ্ছে যে কোনো ভিডিও। ছোট-বড়, যুব-বৃদ্ধ সবার হাতেই এখন স্মার্ট ফোন। সেই ফোনেই অনায়াসে এখন অশ্লীল ভিডিও, গল্প, ছবি সব পাওয়া যাচ্ছে। এতে সমাজের সব শ্রেণির মানুষই অশ্লীল বা পর্নোতে আসক্ত হয়ে উঠছেন। বাড়ছে ধর্ষণের মতো ঘটনা। ইন্টারনেট মানুষের জীবনকে সহজ করে দিলেও এর অপব্যবহার সমাজকে ভাঙনের দিকে নিয়ে যাচ্ছে। ভেতরে ভেতরে গড়ে উঠদ অসুস্থ প্রজন্ম। সম্প্রতি। আমাদের দেশে পর্নোগ্রাফি আইন-২০১২ রয়েছে, যার মাধ্যমে, লিপ্ত ব্যক্তির সাত বছরের জেল ও ২ লাখ টাকা জরিমানার বিধান আছে। ডিজিটাল নিরাপত্তা আইন-২০১৮ তে ১ কোটি টাকা জরিমানা ও ১৪ বছরের জেলের বিধান থাকলেও এ আইনের প্রয়োগ খুব একটা দেখা যায় না। এখন ফেসবুক, ইনস্টাগ্রামে প্রবেশ করলেই অশ্লীল ছবির ছড়াছড়ি। যার যেমন ইচ্ছা ছবি আপলোড দিচ্ছে এ সব যোগাযোগ মাধ্যমে। কিন্তু এর বিরুদ্ধে নেই কোনো সোচ্চার এবং ব্যবস্থা। যদিও যারা অশ্লীল ভিডিও করে এবং

এর প্রসার ও প্রচার ঘটায় সবার বিরুদ্ধে একই শাস্তির ব্যবস্থা গ্রহণ করা উচিত। কিন্তু আমরা এর কিছুই দেখছি না বর্তমানে। আমাদের দেশে প্রাপ্ত বয়স্ক এবং অপ্রাপ্ত বয়স্ক সবাই ফেসবুক ব্যবহার করছে। তরুণ-তরুণীরা আবার ইনস্টাগ্রামও ব্যবহার করে। এ সব মাধ্যমে আপনি চাইলেই অশ্লীলতা ছড়িয়ে দিতে পারেন আবার এ সব দেখতেও পারেন। সার্চবক্সে আপনি যা-ই সার্চ দেবেন তা-ই পাবেন। মূলত এ সব সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম পরিচালিত হয় অন্যদেশ থেকে। এবং এখানে সারা বিশ্বের মানুষ যুক্ত থাকে। তাই এখানে অশ্লীলতা বন্ধ করা বেশ কঠিন। যদিও প্রত্যেক প্রতিষ্ঠানটি চাইলে এ সব অশ্লীলতা বন্ধ করতে পারে। এ ছাড়া আমাদের তরুণ-তরুণীদের এদিক থেকে রক্ষা পেতে প্রযোজন নৈতিকতা এবং ধর্মীয় নীতি অনুসরণ করা। অভিভাবকদের উচিত সন্তানদের গাইড করা। তবেই আগামী প্রজন্ম এ অশ্লীলতা থেকে দূরে থাকবে। নয়তো সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমে অশ্লীলতার যে ছড়াছড়ি তাতে এ ভয়ংকর ব্যাধি থেকে বাঁচা বেশ কঠিন।

পর্ণগ্রাফি আসক্তির ভয়াবহতা ও মুক্তির উপায়

মানুষকে নগ্ন করে বিপথে নেয়ার শয়তানের সেই চক্রান্ত শেষ হয়নি, বরং যুগের পর যুগ ধরে বেড়েই গেছে। আর বর্তমানযুগে শয়তানের এই শয়তানি চরম মাত্রা লাভ করেছে ইন্টারনেট পর্ণগ্রাফির কারণে। যে কারণে পর্ণআপনার দেখা উচিত নয় পর্ণগ্রাফি মানুষকে মানসিক ও শারিরীকভাবে ভারসাম্যহীণ করে দেয়। নিচে পর্ণগ্রাফির ৬টি ভয়াবহ ক্ষতিকর পরিণতি তুলে ধরা হলো। নেক্সট টাইম যখন আপনার পর্ণ ফিল্ম দেখতে ইচ্ছে করবে, এই কথাগুলো নিজেকে মনে করিয়ে দিবেন।

পর্ণগ্রাফি আপনাকে ভালবাসার বিকৃত সংজ্ঞা শেখায়:

আপনি যখন পর্ণ মুভি দেখেন তখন আপনি নিজের অজান্তেই অনুভূতিহীন, নিষ্ঠুর, স্বার্থপর মানুষে পরিণত হন। কারণ, পর্ণ মুভিগুলোতে মানুষের ভালো-লাগা, ভালোবাসা, দুঃখ-কষ্ট-আনন্দ কোন অনুভূতিকেই দেখানো হয় না, শুধু দেখানো হয় “পেনেট্রেশন”। অথচ বাস্তব জীবনে আপনি আপনার সঙ্গীকে আদর-সোহাগ করবেন, গল্প-গুজব করবেন, আড্ডা মারবেন, ঘুরতে যাবেন এগুলো সবই একটা সুস্থ ভালবাসাময় জীবনের অবিচ্ছেদ্য অংশ। পর্ন মুভি আপনার হৃদয় থেকে ভালোবাসার সেই অনুভূতিকে কেড়ে নেয়, নষ্ট করে দেয়। পর্ণ মুভি আপনাকে এভাবে প্রোগ্রাম করে ফেলে যে আপনি বিশ্বাস করা শুরু করেন যে ভালবাসার অপর নাম পেনেট্রেশন। আমেরিকায় এক জরিপে দেখা গেছে ডিভোর্স হওয়া দম্পতিদের ৫৬% ক্ষেত্রে স্বামী বা স্ত্রীর একজন পর্ণ আসক্ত।

অনেক তরুণ মনে করে “এখন তো আমার বয়স কম, এখনো বিয়ে করিনি, এখন পর্ণ দেখি, বিয়ের পর আমি এগুলো দেখা ছেড়ে দিব”। কিন্তু, পরিসংখ্যান বলে ভিন্ন কথা দেখা গেছে তরুন বয়সে পর্ণ দেখা যাদের অভ্যাসে পরিণত হয়, বিয়ের পরেও তাদের বেশীরভাগই পর্ণ দেখা ছাড়তেপারে না। কাজেই আমি এখনো বিয়ে করিনি, তাই পর্ণ দেখব এটা পর্ণ দেখার জন্য কোনও অজুহাত হতে পারে না।

পর্ণ আপনার মানবিক অনুভূতিকে নষ্ট করে ফেলে:

পর্ণ আপনাকে শেখায় মেয়েরা মানুষ নয়, শুধুই উপভোগের বস্তু। পর্ণ দেখার ফলে আপনি রাস্তা-ঘাটে, অফিসে-বিশ্ববিদ্যালয়ে যখনই কোন মেয়েকে দেখেন তখন চিন্তা করেন না তারও একটা জীবন আছে, আশা-আকাংক্ষা আছে, দুঃখ-কষ্ট-আনন্দ-ভালোবাসার অনুভূতি আছে, আপনি শুধু চিন্তা করতে থাকেন এই মেয়েটার মধ্যে উপভোগ করার মত কি আছে। একটা মেয়ে রাস্তায় পা পিছলে পড়ে গেলে আপনি চিন্তা করেন না মেয়েটা ব্যাথা পেয়েছে কি না, তাকে উদ্ধার করা যায় কি না, বরং আপনি চিন্তা করেন তার শরীরের কোনও অংশ উঁকি-ঝুঁকি দিয়ে দেখা যায় কি না। একটি মেয়েকে তার সততা, মেধা ও মানবিক গুণাবলী দিয়ে বিচার না করে আপনি তাকে বিচার করেন তার শরীরের বিশেষ কিছু স্থানের আকার-আকৃতি দিয়ে। পর্ণ মুভি আপনাকে শেখায় যে ক্লাসের বন্ধু, অফিসের কলিগ থেকে শুরু করে সবার সাথেই শারিরীক সম্পর্ক গড়া যায় এভাবে পর্ণ আপনাকে অবৈধ সম্পর্ক গড়তে উৎসাহিত করে। আমেরিকায় এক জরিপে দেখা গেছে যে গড়ে ৬৮% বিবাহ বিচ্ছেদ হয় অনলাইন পরকিয়ার কারণে।

পর্ণ আপনার স্মরনশক্তি কমায়, আপনার মধ্যে ডিপ্রেশন তৈরী করে:

ইসলামের স্কলারেরা সেই প্রথম থেকেই বলে আসছেন আল্লাহ যা দেখতে নিষেধ করেছেন তার দিকে তাকালে স্মরনশক্তি, চিন্তাশক্তি কমে যায়।একবার ইমাম শাফেঈ কোরআনের কিছু আয়াত ভুলে গিয়েছিলেন। তিনি তার উস্তাদ ইমাম মালিককে এ ব্যাপারে জিজ্ঞেস করলে তিনি বললেন "তুমি হয়তো হারাম কিছু দেখেছ। তাই আল্লাহ তোমার থেকে জ্ঞান তুলে নিয়েছেন"। ইমাম শাফেঈ প্রথমে কিছুতেই মনে করতে পারছিলেন না তিনি কার দিকে হারাম দৃষ্টি দিয়েছিলেন। পরে বুঝতে পারলেন আজকে যখন বাজারে গিয়েছিলেন তখন এক মহিলাকে তার বাহন থেকে নামতে দেখেছিলেন। যখন সে নামছিলো তখন তার পায়ের গোড়ালির উপরে একটু কাপড় উঠেছিল, আর সেটার দিকে ইমাম শাফেঈর চোখ পড়ে গিয়েছিল। সাথে সাথে ইমাম শাফেঈ আন্তরিকভাবে আল্লাহর কাছে ক্ষমা চাইলেন, নিজের পাপের জন্য আকুতি-মিনতি করলেন। আর এর পরেই আল্লাহ তাকে ভুলে যাওয়া কোরআনের আয়াতগুলো ফিরিয়ে দিলেন।

মনোবিজ্ঞানীরাও গবেষনায় দেখেছেন যে পর্ণ মানুষের স্মরনশক্তি কমিয়ে দেয়, চিন্তাশক্তি হ্রাস করে, অমনোযোগী করে, ডিপ্রেসড করে দেয় এবং পরিবার থেকে বিচ্ছিন্ন করে দেয়। জার্মানির ডুইবার্গ-এসেন বিশ্ববিদ্যালয়ের মনোবিজ্ঞানী ডক্টর ক্রিস্টিয়ান লেয়ের ২৬ বছর বয়সী ২৮জন মানুষের উপর পর্ণ ছবি দেখার প্রভাব নিয়ে গবেষণা করেছেন। তিনি গবেষনায় পেয়েছেন পর্ণ দেখার শর্ট-টার্ম ইফেক্ট হিসাবে এদের স্মৃতিশক্তি কমেছে এবং মনোযোগী হবার ক্ষমতা কমেছে। এছাড়া অন্য গবেষনায় পর্ণ দেখার লং-টার্ম ইফেক্ট হিসাবে ডিপ্রেশন, সামাজিকভাবে ব্যর্থতা ও একাকিত্ব থাকার প্রবণতা পর্যন্ত পাওয়া গেছে।

পর্ণ আপনাকে অক্ষম করে দিতে পারে:

গবেষনায় দেখা গেছে যে অতিরিক্ত পর্ন ভিডিও দেখলে আপনার উত্তেজিত হওয়ার ক্ষমতা লোপ পেতে পারে। এর কারণ হলো আজকালকার পর্ণ গুলো ধারণ করা হয় হাই ডেফিনিশন ক্যামেরায়, এইসব ক্যামেরায় মেয়েদের শরীরকে এত নিখুঁতভাবে ও জুম করে দেখানো হয় যে বাস্তবে আপনার সঙ্গীকে আপনি এভাবে দেখতে পারবেন না, ফলে সহজে উত্তেজিত হবেন না।

শুধু তাই নয়, প্রত্যেকটা পর্ণ মুভি আপনার সামনে নিয়ে আসে নতুন নতুন পর্ণ মডেল, নতুন নতুন লোকেশন আর নতুন নতুন কাহিনী। আপনার ব্রেইন ক্রমেই এই নতুনত্বে অভ্যস্ত হয়ে যায়, পুরনো কিছু তখন আর আপনাকে সহজে উত্তেজিত করতে পারে না। এর ফলে, এরকম

ঘটতে পারে যে আপনি কিছুতেই আর আপনার স্ত্রীকে দেখে উত্তেজিত হবেন না। কিছু কিছু মানুষের ক্ষেত্রে এই অক্ষমতা এমন আকার ধারণ করে যে তারা শুধু পর্ণ মুভি দেখেই উত্তেজিত হতে পারে, এমন কি ভায়াগ্রার মতো শক্তিশালী ওষুধেও তাদের কোন কাজ হয় না। এই সমস্যাকে ইরেক্টাইল ডিস্ফাংশন বলে এবং গবেষনায় দেখা গেছে যারা কিশোর বয়সে পর্ণ দেখা শুরু করে (বিশেষ করে ১২ বছর বয়সের পূর্বে) তাদের মধ্যে এই সমস্যা সবচেয়ে প্রকোট।

তবে আশার কথা এই যে, ইরেক্টাইল ডিসফাংশনে আক্রান্ত ব্যক্তির পক্ষে আবার সক্ষম হওয়া সম্ভব। গবেষনায় দেখা গেছে কোনও ব্যক্তি টানা তিন মাস পর্ণ মুভি না দেখলে ও স্বমেহন না করলে তার ব্রেইন আবার আগেরপ্যাটার্নে ফিরে আসে, ফলে সে ডিজিটাল মিডিয়ার বাইরে মেয়েদেরকে দেখেও উত্তেজিত হতে পারে। ভেবে দেখুন ব্রেইনের এই নিজে নিজে সেরে উঠার ক্ষমতা আল্লাহর তরফ থেকে কত বড় রহমত! আপনি বছরের পর বছর তাঁর অবাধ্যতা করার পরেও মাত্র তিন মাস নিজেকে সংযত রাখলে আল্লাহ্ আবার আপনাকে পূর্বের অবস্থায় ফিরিয়ে দিবেন।

আপনি যখন পর্ণ দেখেন, আপনি প্রস্টিটিউট তৈরী করেন:

আপনি কি মনে করেন যারা পর্ণ মডেল হয়েছে তারা সবাই নিজের ইচ্ছাতেই পর্ণ মুভিতে এসেছে? মোটেই না। এদের অনেককেই লোভনীয় চাকুরী, ফ্রি-ট্যুর সহ বিভিন্ন মিথ্যা প্রলোভন দেখিয়ে শুটিং স্পটে নিয়ে আসা হয়। তারপর অনেক টাকার লোভ দেখিয়ে, রঙ্গিন জীবনের স্বপ্ন দেখিয়ে পর্ণ মুভিতে অভিনয় করানো হয়। আমেরিকাতে সাধারণ কাজে ঘণ্টায় যত টাকা পাওয়া যায়, পর্ণ মুভির জন্য প্রতি ঘন্টায় তার ২০গুণ টাকা দেয়া হয়। টাকার লোভে পড়ে কলেজ-ইউনিভার্সিটি পড়ুয়া মেয়েরা পর্ণ মুভিতে নাম লেখায়, আর এভাবে করেই প্রস্টিটিউট হয়ে যায়।

মানুষ নতুন নতুন পর্ণ মডেল দেখতে পছন্দ করে। আর তাই পর্ণ মুভির প্রডিউসাররাও নিত্য-নতুন প্রলোভন দেখিয়ে নতুন নতুন মেয়েদেরকে প্রস্টিটিউশনের জগতে নিয়ে আসে। আপনি যে মেয়েটাকে পর্ণ-মুভিতে হাসতে দেখছেন, আনন্দে-উচ্ছ্বাসে ডুবে যেতে দেখছেন কম্পিউটার বন্ধ করে দিলেই আপনার তাকে দেখতে হয় না, কিন্তু আপনার সামনে সে যাতে পরের মুভিতেও আসতে পারে তার জন্য কিন্তু তাকে প্রস্টিটিউট হিসাবেই থেকে যেতে হয়। আপনি আপনার কম্পিউটারের সামনে বসে নিত্য-নতুন পর্ণ মডেল দেখার জন্য যে ক্লিক করছেন, সে ক্লিকের ডিমান্ড মেটানোর জন্য পর্ণ মুভির প্রডিউসারকে ক্রমাগত নতুন নতুন

মেয়ে জোগাড় করে সাপ্লাই দিয়ে যেতে হচ্ছে। এভাবে করে, আপাত: দৃষ্টিতে তুচ্ছ মনে হওয়া এই ক্লিকের কারণেই বিশ্বজুড়ে পর্ণ ব্যবসার পালে হাওয়া লাগছে, আর এর সূত্র ধরে নতুন নতুন মেয়ে প্রতিদিন প্রস্টিটিউট হয়ে উঠছে।

আর যে সব পর্ণ মুভি গোপনে ধারণ করা হয়, এগুলো যে কত মেয়ের জীবন নষ্ট করেছে, কত মেয়ে এগুলোর জন্য আত্মহত্যা করেছে তার ইয়ত্তা নেই। ভেবে দেখুন কেউ যদি গোপন ক্যামেরায় ধারণ করা ভিডিও না দেখত, তাহলে কেউ এগুলো বানাতোও না, ফলে এই ভিডিওগুলোর জন্য কোনও মেয়ের জীবনও নষ্ট হতো না।

সব কিছু আমলনামায় লিপিবদ্ধ হচ্ছে: মনে রাখবেন, আপনি একা ঘরে কম্পিউটারের সামনে বসে যা করছেন তা আর কেউ না দেখলেও আল্লাহ দেখছেন, আর ফেরেশতারা তা লিখে রাখছে এক পরিষ্কার গ্রন্থে। আল্লাহ্ যদি এখনো আপনার কুকর্ম মানুষের সামনে প্রকাশ না করে দিয়ে থাকেন তাহলে বুঝবেন আপনাকে আল্লাহ তাওবাহ করার জন্য সুযোগ দিচ্ছেন। আপনি যদি তাওবাহ না করে মারা যান, তাহলে এই গ্রন্থের সবকিছু একদিন আপনার সামনে তুলে ধরা হবে, আপনার মা-বাবা, ভাই-বোন, স্ত্রী-সন্তান, বন্ধু সবাই আপনার আমলনামা দেখতে পাবে। নিজেকে প্রশ্ন করুন সেদিনের সেই লজ্জার সম্মুখীন কি আপনি হতে পারবেন? পর্ণ-আসক্তি থেকে মুক্তির উপায় এতক্ষণ বললাম পর্ণগ্রাফির খারাপ পরিণতি সম্পর্কে।

আর এবার পর্ণ আসক্তি ছাড়ানোর জন্য ৪টি মাত্র টিপস

ডিজিটাল মিডিয়ার কোনো মেয়ের দিকে তাকাবেন না:

আপনি কম্পিউটারে যে পর্ণস্টারদের দেখেন, বা টিভিতে যে মডেল আর ফিল্মস্টারদের দেখেন এরা সবাই হাজার হাজার ডলার এর সার্জারী করে, মেকাপ করে, স্পেশালিষ্ট এর অধীনে ব্যায়াম করে, মেকআপ করে তাদের শরীরের প্রতিটি ইঞ্চিকে চকচকে করে তোলে মানুষের চোখে নিজেকে আকর্ষণীয়, আবেদনময়ী করে তুলতে। তার উপর আছে হাই-ডেফিনেশন ক্যামেরা, ফটোশপ আর অত্যাধুনিক ভিডিও এডিটিং সফটওয়্যার এর কারসাজী। এর ফলে আপনি কম্পিউটারে, টিভিতে, ফ্যাশন ম্যাগাজিনে যে মেয়েদেরকে দেখেন তারা নিখুত, পার্ফেক্ট। এমনকি আপনি চাইলে মিনিটির পর মিনিট, ঘন্টার পর ঘণ্টা ধরে এই পার্ফেক্ট ছবিগুলোর দিকে তাকিয়ে থাকতে পারেন বাধা দেয়ারও কেউ নেই। কিন্তু, বাস্তব জীবনের কোন মানুষই এরকম পার্ফেক্ট হয় না আর এরকম পিক্সেল বাই পিক্সেল জুম করে দেখাও যায় না। তাই, ডিজিটাল মিডিয়া আর বাস্তবতা এক নয়।

আপনি যতই আবেদনময়ী মেয়েদের দিকে তাকিয়ে থাকেন, ততই আপনার শরীরে ডোপেমিন নামক হরমন নিঃসৃত হয়। এই হরমন একটা নির্দিষ্ট পরিমাণে নিঃসৃত হলে আপনি উত্তেজিত হয়ে পড়েন। আপনি যখন নিত্য-নতুন সুন্দর মেয়ে দেখতে থাকেন তখন আপনার আপনার শরীর নিজেকে এমনভাবে এডজাস্ট করে নেয় যাতে পরেরবার উত্তেজিত হতেআপনার আরো বেশী ডোপেমিন এর প্রয়োজন হয়, কারণ না হলে তো আপনি খুব সহজেই উত্তেজিত হয়ে পড়বেন। এমনকি আপনি যখন টিভিতে কোন আবেদনময়ী মডেলের এড দেখেন বা ফেইসবুকে আপনার সুন্দরী বান্ধবীর ছবি দেখেন – তখনো আপনার ডোপেমিন নিঃসৃত হয়। ডিজিটাল মিডিয়ার মেয়েদেরকে আপনি যতই দেখবেন বাস্তব জগতের একটি মেয়েকে বা আপনার স্ত্রীকে দেখে আপনার উত্তেজিত হওয়ার ক্ষমতা ততই নষ্ট হতে থাকবে। আর তাই ডিজিটাল মিডিয়ার মেয়েদের দিকে যত কম সম্ভব তাকান।

যদি তাকাতেই হয় তো চেহারার দিকে তাকান

মেয়েদের দিকে যদি একেবারেই না তাকানো যায় তো সবচেয়ে ভালো। কিন্তু, বাস্তবতা হলো আমরা এখন যে জগতে বাস করি তাতে মেয়েদের দিকে না তাকিয়ে, তাদের সাথে মেলা-মেশা না করে চলা যায় না। বিশ্বের সাথে তাল মেলাতে আপনাকে খবর দেখতে হবে খবর উপস্থাপন করে মেয়েরা, আবার কলেজ-ইউনিভার্সিটিতে বন্ধু-বান্ধবীদের সাথে পড়াশুনা করতে হয়, অফিসেও মেয়ে কলিগ থাকে, অনেক সময় নতুন ভালো মুভিও দেখতে ইচ্ছা করে, তাতেও নারী আছে এমন অবস্থায় করণীয় কি? সবকিছু ছেড়ে ছুড়ে দিয়ে সন্ন্যাসী হয়ে যেতে হবে? না, এভাবে জীবন চলবে না। যেটা করবেন সেটা হলো যখনই কোন মেয়ের দিকে তাকানোর প্রয়োজন পড়বে তখন সরাসরি তার চেহারার দিকে তাকাবেন, শরীরের অন্য কোনো বিশেষ অংশের দিকে নয়। আর তাকানোর সময় নিজের নিয়তের দিকে লক্ষ্যরাখবেন, কিছুতেই যেন কোন শারিরীক আকাঙ্ক্ষা নিয়ে তার দিকে না তাকান, দুঃখ-কষ্ট-রাগ-অভিমান-ভালোবাসার অনুভূতিসম্পন্ন একজন মানুষের সাথে কথা বলছেন এভাবে তাকান।

আপনার মায়ের সাথে, স্ত্রীর সাথে, বোনের সাথে বা মেয়ের সাথে একজন বাইরের মানুষ যখন কথা বলে তখন আপনি তার থেকে যেরকম সুন্দর-শোভন-সাবলীল-সম্মানজনক আচরণ প্রত্যাশা করেন, তার চোখ যেখানে থাকবে বলে আপনি আশা রাখেন, অন্য একটা মেয়ের ক্ষেত্রে নিজের চোখটিও সেইভাবে নিয়ন্ত্রন করুন। মনে রাখবেন, আপনি যখন একটা মেয়ের দিকে তার অজান্তে কামনার দৃষ্টি নিয়ে তাকাচ্ছেন, আপনি তার অধিকার লঙ্ঘন করছেন।

কিছুতেই নামাজ ছাড়বেন না:

সবচাইতে গুরুত্বপূর্ণ উপদেশ কিছুতেই ১টি ওয়াক্তেরও নামাজ ছাড়বেন না। আর আপনি যদি নামাজী না হয়ে থাকেন তো আজ থেকেই ৫ ওয়াক্ত নামাজ শুরু করে দিন। কারণ, আল্লাহ বলেছেন – "নিশ্চয়ই নামাজ মানুষকে অশ্লীল কাজ ও পাপাচার থেকে দূরে রাখে" (সূরা আনকাবুত ২৯:৪৫)। এক ঘরে যেমন একইভাবে আলো আর অন্ধকার থাকে না, তেমনি একই হৃদয়ে একইসাথে নামাজ আর পর্ণগ্রাফি থাকতে পারবে না। একবার সাহাবারা রাসূলুল্লাহ (সা) কে বললো- অমুক সাহাবী বিভিন্ন ধরনের খারাপ কাজে জড়িয়ে পড়েছে। রাসূলুল্লাহ (সা) জিজ্ঞেস করলেন সে কি এখনো নামাজ পড়ে? সবাই বললো হ্যাঁ, পড়ে।
রাসূলুল্লাহ (সা) বললেন সে যদি নামাজ পড়তে থাকে তাহলে নামাজ তাকে অবশ্যই একদিন খারাপ কাজ থেকে ফিরিয়ে নিয়ে আসবে।

নিয়মিতভাবে নফল রোজা রাখুন:

রোজা হচ্ছে ঢালস্বরুপ, যা কিনা আমাদেরকে পাপ কাজ থেকে দূরে সরে থাকতে সাহায্য করে। আমরা যখন রোজা রাখি তখন আমাদের পাকস্থলী ক্ষুধার্ত থাকে, ক্ষুধার্ত পাকস্থলি শরীরকে দুর্বল করে দেয়, এর ফলে আমাদের কামনা-বাসনাগুলোও দুর্বল হয়ে পড়ে। আর তাই, কামনা-বাসনাকে নিয়ন্ত্রণ করার লক্ষ্যে রাসূলুল্লাহ (সা) আমাদের পরামর্শ দিয়েছেন রামাদানের রোজার বাইরেও বেশী বেশী করে নফল রোজা রাখতে।

রোজা রাখার রুটিন কেমন হবে? এর জন্যও সুন্নাহতে বিভিন্ন গাইডলাইন দেয়া আছে । সবচেয়ে সহজ হলো প্রতি আরবী মাসের মাঝের তিন দিন (১৩, ১৪ ও ১৫ তারিখ) রোজা রাখা, এর চেয়ে আরেকটু কঠিন হলো প্রতি সপ্তাহের সোমবার ও বৃহস্পতিবার রোজা রাখা, আর সবচেয়ে ভালো হলো দাউদ (আ) এর মতো রোজা রাখা একদিন পর একদিন। এছাড়াও বছরের নিচের দিনগুলি রোজা রাখার জন্য বিশেষ বরকতময়-

রমজানের পরের মাস শাওয়াল মাসের ছয় রোজা। রমজানের পর এই রোজাগুলি রাখলে সারা বছর রোজা রাখার সাওয়াব পাওয়া যায়।আরাফাতের দিন বা যিলহজ্জ মাসের ৯ তারিখের (অর্থাৎ ঈদুল আযহার আগের দিনের) রোজা যা কিনা পূর্ববর্তী ও পরবর্তী বছরের গুনাহ মাফ করে দেয়। যিলহজ্জ মাসের প্রথম ১০ দিনের রোজা যা কিনা আল্লাহর কাছে সবচাইতে প্রিয় নফল ইবাদত। আশুরা বা মহররম মাসের ১০ তারিখের রোজা যা কিনা

পূর্ববর্তী এক বছরের গুনাহ মাফ করে দেয়। এর সাথে মহররমের ৯ তারিখে রোজা রাখতে পারলে আরো ভালো।

শেষ কথা: মনে রাখবেন আপনি যত পাপ করতে পারেন, আল্লাহ্ তার চেয়েও বেশী ক্ষমা করতে পারেন, আপনি যতবার পাপ করতে পারেন, আল্লাহ্ তার চাইতেও বেশী বার আপনাকে ক্ষমা করতে পারেন, কিন্তু শর্ত হলো আপনাকে চেষ্টা চালিয়ে যেতে হবে। দৃঢ় প্রতিজ্ঞ হোন আর কোনোদিন পর্ণ দেখবেন না। যদি শয়তানের ফাঁদে পড়ে কখনো দেখে ফেলেন তো সাথে সাথে গোসল করে দুই রাকআত নামাজ পড়ে আল্লাহর কাছে তাওবাহ করে নিন, দেরি করবেন না।

তারপর দ্বিগুন দৃঢ়তা নিয়ে প্রতিজ্ঞা করুন আর কোনদিন পর্ণ দেখবেন না, আপনি আর শয়তানের দাস হবেন না, শয়তান বরং আপনার দাস হবে। কিছুতেই হাল ছাড়বেন না, কিছুতেই না, শয়তান তার শয়তানীতে হাল ছাড়েনি, আপনিও আপনার ঈমানদারীতে হাল ছাড়বেন না। শুধু গন্তব্যে পৌঁছানোই সফলতা নয়, গন্তব্যে পৌঁছানোরযাত্রাটাও সফলতা। মহান আল্লাহ বলেন: (জান্নাত প্রস্তুত রাখা হয়েছে তাদের জন্য) যারা কোনও অশ্লীল কাজ করে ফেললে বা নিজেদের প্রতি যুলুম করলে আল্লাহকে স্মরণ করে এবং নিজেদের পাপের জন্য ক্ষমা প্রার্থনা করে। আল্লাহ্ ছাড়া আর কে পাপ ক্ষমা করবে? (সূরা আলে-ইমরান ৩:১৩৫,)

নিয়ন্ত্রণের উপায়

এই প্রভাবগুলি প্রশমিত করার জন্য কী করা যেতে পারে? প্রতিদিনের সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহারে যুক্তিসঙ্গত সময়সীমা নির্ধারণ করতে হবে। বন্ধুদের সঙ্গে চ্যাটিং কম, মুখোমুখি যোগাযোগ বেশি করতে হবে। অভিভাবকেরা তাদের কিশোর ছেলেমেয়ের অ্যাকাউন্ট পর্যবেক্ষণ করবেন। তারা কীভাবে সোশ্যাল মিডিয়া ব্যবহার করছে সে সম্পর্কে কথা বলবেন বা জানার চেষ্টা বরবেন। এটি তাদের কীভাবে এবং কতটা প্রভাবিত করছে তা বোঝার চেষ্টা করতে হবে। কিশোর বয়সে পৃথিবীর অনেকটাই অচেনা থাকে। এসময় সোশ্যাল মিডিয়ার জগতকে স্বপ্নের মতো মনে হয়। তাদের বুঝিয়ে বলুন বাস্তব দুনিয়ার সঙ্গে এর ফারাক কতখানি।

কেবল মা-বাবার প্রচেষ্টাই এই সামাজিক চ্যালেঞ্জ মোকাবিলা করার জন্য যথেষ্ট নয়:

দায়িত্ব রয়েছে সোশ্যাল মিডিয়া সংস্থাগুলোরও। আমরা সেই যুগে পৌঁছেছি যেখানে মানুষই শুধু প্রযুক্তিকে নিয়ন্ত্রণ করছে না, প্রযুক্তিও মানুষকে নিয়ন্ত্রণ করছে। এটি আমাদের সামাজিক সংযোগ, খরচের ধরণ এবং এমনকি মূল্যবোধকে আকার দিচ্ছে। কিশোর-কিশোরীরা এখন জ্ঞানে সমৃদ্ধ হওয়ার চেয়ে প্রযুক্তিতে অনেক বেশি দক্ষ। আমরা ইতিমধ্যে এমন পর্যায়ে পৌঁছেছি যেখানে সামাজিক মিডিয়া অ্যালগরিদম আর্টিফিসিয়াল ইনটেলিজেন্স দ্বারা পরিচালিত হচ্ছে। যা আমাদের নিজস্ব নৈতিকতা এবং মূল্যবোধকে প্রতিফলিত করতে পারে। সোশ্যাল মিডিয়া সংস্থাগুলোকে আমাদের মূল্যবোধ সম্পর্কে সতর্ক হওয়া প্রয়োজন। এটি করতে ব্যর্থ হলে মানবতার সামাজিক কাঠামোর ওপর দীর্ঘস্থায়ী এবং সুদূরপ্রসারী প্রভাব পড়বে।

সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে সওয়াব অর্জনের লক্ষ্যে দিকনির্দেশনা

ইনস্টাগ্রাম, স্ন্যাপচ্যাট, টিকটক এবং হোয়াটসঅ্যাপ আজকের দিনে সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যম হলো সহজতর একটি পথ, যার মাধ্যমে একদিকে অনেক সওয়াব অর্জন করা যায়, আবার অন্যদিকে ভয়াবহ শাস্তিরও কারণ হতে পারে। একটি পোস্ট বা বার্তা মুহূর্তেই হাজারো, এমনকি লাখো মানুষের কাছে পৌঁছে যেতে পারে। আমরা মাঝে মাঝে না ভেবেই “টুইট”, “পোস্ট” বা “স্ন্যাপ” করে ফেলি, অথচ এর ফলাফল হতে পারে মারাত্মক।

প্রিয় নবী বলেছেন:

“এক ব্যক্তি এমন একটি কথা বলে, যা আল্লাহকে খুশি করে, অথচ সে তা গুরুত্বসহকারে বিবেচনা করে না। কিন্তু সেই কথাটি ছড়িয়ে পড়ে, আর তার মাধ্যমে আল্লাহ তার জান্নাতে মর্যাদা বৃদ্ধি করেন। আবার কেউ এমন কথা বলে যা আল্লাহকে ক্রুদ্ধ করে, অথচ সে এটাও গুরুত্ব সহকারে বিবেচনা করে না। কিন্তু সেই কথাটি ছড়িয়ে পড়ে, আর তার জন্য সে জাহান্নামে নিক্ষিপ্ত হয়।“

আমাদের “পোস্ট”, “টুইট”, “পিন”, “স্ন্যাপ” এসব হয় তো কাউকে সঠিক পথে ডেকে আনবে, আবার হয়তো কাউকে বিপথে চালিত করবে। তাই আমরা যেন এই মাধ্যমগুলোকে সওয়াব অর্জনের উপায় বানাতে পারি, সে লক্ষ্যে নিচের দিকনির্দেশনাগুলো মনে রাখা দরকার:
ইসলামী শরীয়তে প্রযুক্তি ব্যবহারের মনে রাখা প্রযোজন:

১. এটিকে ইবাদতে রূপান্তর করুন

প্রযুক্তি ব্যবহারে নিয়ত হতে হবে আল্লাহর সন্তুষ্টি অর্জন।

আপনার নিয়ত ঠিক থাকলে দুনিয়াবি কাজও ইবাদতে পরিণত হতে পারে। যদি আপনি শুধুমাত্র ফলোয়ার বাড়াতে বা খ্যাতি অর্জনের জন্য পোস্ট করেন, তবে তা কেবল দুনিয়ার উপকার বয়ে আনবে। কিন্তু যদি আপনি আল্লাহর সন্তুষ্টির উদ্দেশ্যে মানুষকে ভালো পথে ডাকার জন্য ব্যবহার করেন, তবে আপনি আখিরাতে পুরস্কৃত হবেন। অবশ্য নিয়তই যথেষ্ট নয়, কাজটিও ইসলামিক সীমার মধ্যে হতে হবে।

“আর কার কথা উত্তম, যে আল্লাহর পথে আহ্বান করে, সৎকর্ম করে এবং বলে, ‘আমি একজন মুসলিম’?” [সূরা ফুসসিলাত, ৪১:৩৩]

২. আপনি যেন কল্যাণের চাবিকাঠি হন, অনিষ্টের নয়

আপনার একাউন্টকে কল্যাণের জন্য ব্যবহার করুন-মানুষকে ভালো কাজের দিকে উৎসাহিত করুন, ঈমানদার হতে অনুপ্রাণিত করুন এবং উপকারী জ্ঞান ছড়িয়ে দিন। অন্যদিকে, অসৎকর্ম প্রচার বা গুনাহের দিকে ডাকার কাজ থেকে বিরত থাকুন। আজকে কত যুবক-যুবতী অসচেতনতায় বা ইচ্ছাকৃতভাবে অন্যদের বিপথে চালিত করছে।

নবী বলেছেন:

“কিছু মানুষ কল্যাণের দরজা খুলে দেয়, অকল্যাণের দরজা বন্ধ করে। আবার কিছু মানুষ অকল্যাণের দরজা খুলে দেয়, কল্যাণের দরজা বন্ধ করে। যাঁদের হাতে আল্লাহ কল্যাণের চাবি দিয়েছেন, তাদের জন্য সুসংবাদ, আর যাঁদের হাতে অকল্যাণের চাবি দিয়েছেন, তাদের জন্য ধ্বংস।“

গীবত, অপবাদ, অশ্লীলতা ইত্যাদি থেকে দূরে থাকা।
“যারা সতী-সাধ্বী নারীকে অপবাদ দেয়, তারপর চারজন সাক্ষী উপস্থিত করে না, তাদেরকে আশিটি চাবুক মারবে এবং তাদের সাক্ষ্য কখনও গ্রহণ করবে না। তারা নিজেরাই তো ফাসেক।“ [সূরা নূর, ২৪:4]

“হে মুমিনগণ, অনেক রকম অনুমান থেকে বেঁচে থাকো। কোনো কোনো অনুমান গোনাহ। তোমরা কারও গোপন ত্রুটির অনুসন্ধানে পড়বে না এবং একে অন্যের গীবত করবে না। তোমাদের মধ্যে কেউ কি তার মৃত ভাইয়ের গোশত খেতে পছন্দ করবে? এটাকে তো তোমরা ঘৃণা করে থাকো। তোমরা আল্লাহকে ভয় করো। নিশ্চয়ই আল্লাহ তাওবা কবুলকারী, পরম দয়ালু।“ [সূরা হুজুরাত, ৪৯:১২]

৩. আল্লাহর কাছ থেকে আপনি লুকাতে পারবেন না

“হে মুমিনগণ, তোমরা শয়তানের অনুগামী হয়ো না। কেউ শয়তানের অনুগামী হলে শয়তান তো সর্বদা অশ্লীল ও অন্যায় কাজেরই নির্দেশ দেবে।
“ [সূরা নূর, ২৪:২১]

সোশ্যাল মিডিয়া এমন এক জায়গা, যেখানে কেউ নিজের পরিচয় লুকাতে পারে বা অন্য রূপ ধারণ করতে পারে। কিন্তু আপনি যাই পোস্ট করুন, আল্লাহ সব জানেন। যদি আপনি মনে করেন, এটা আমি গোপনে করলাম, কেউ জানবে না জেনে রাখুন, আল্লাহ জানেন।
৪. সঠিক ও যাচাই করা তথ্যই শেয়ার করুন
‘হে মুমিনগণ, কোনো ফাসেক যদি তোমাদের কাছে কোনো সংবাদ নিয়ে আসে, তবে ভালোভাবে যাচাই করে দেখবে, যাতে তোমরা অজ্ঞতাবশত কোনো সম্প্রদায়ের ক্ষতি করে না বসো এবং পরে নিজেদের কৃতকর্মের জন্যে অনুতপ্ত না হও।“
[সূরা হুজুরাত, ৪৯:৬]

উপসংহার:

প্রযুক্তি আল্লাহর একটি নেয়ামত। তবে, এই নেয়ামতের যথাযথ ব্যবহারই আমাদের ইহকাল ও পরকালের মুক্তির পথ সুগম করতে পারে। সোশ্যাল মিডিয়াও এমন একটি শক্তিশালী মাধ্যম যা সৎ কাজে লাগালে তা ইবাদতের অংশ হয়ে উঠতে পারে। আমাদের দায়িত্ব হচ্ছে, এই প্রযুক্তিকে কিভাবে ইসলামের আলোকে উপকারী ও নিরাপদ পথে ব্যবহার করা যায় সে বিষয়ে সদা সচেতন থাকা।